

- Ketuhanan dalam Agama Buddha
- <https://samaggi-phala.or.id/naskah-dhamma/ketuhanan-dalam-agama-buddha/>
-



KETUHANAN DALAM AGAMA BUDDHA

Oleh Bhikkhu Uttamo

Umat Buddha kadang dianggap masyarakat luas sebagai orang yang tidak bertuhan. Agama Buddha sering pula dikatakan sebagai agama yang tidak bertuhan. Bahkan, pada suatu pertemuan dengan para pemuka agama, saya pernah menerima pernyataan dari pemuka agama lain bahwa Agama Buddha tidak bertuhan. Menanggapi pernyataan yang bersifat tuduhan ini, saya jawab dengan pertanyaan lain: "Manakah agama di Indonesia yang bertuhan?" Tentu saja para pemuka agama itu langsung tersentak kaget dan merah padam mukanya. Mereka seolah tidak percaya dengan pertanyaan saya tersebut. Namun, saya segera melanjutkan dengan keterangan bahwa istilah 'tuhan' sesungguhnya berasal dari Bahasa Kawi. Oleh karena itu, pengertian kata 'tuhan' terdapat dalam kamus Bahasa Kawi. Disebutkan dalam kamus tersebut bahwa 'tuhan' berarti penguasa atau tuan. Dan, karena di Indonesia tidak ada agama yang mempergunakan Bahasa Kawi sebagai bahasa kitab sucinya, lalu agama manakah di Indonesia yang bertuhan dan mencantumkan istilah 'tuhan' dalam kitab suci aslinya? Menyadari kebenaran tentang bahasa asal kitab suci masing-masing, barulah mereka menerima bahwa memang tidak ada istilah 'tuhan' dalam kitab suci mereka. Jika demikian dalam Tipitaka, kitab suci Agama Buddha, tentu juga tidak akan pernah ditemukan istilah 'tuhan' karena Tipitaka menggunakan Bahasa Pali yaitu bahasa yang dipergunakan di India pada jaman dahulu. Namun, tidak adanya istilah 'tuhan' dalam kitab suci Tipitaka tentunya tidak boleh dengan mudah dan sembarangan kemudian orang menyebutkan bahwa 'Agama Buddha tidak bertuhan'. Salah pengertian dan penafsiran sedemikian sembrono tentunya berpotensi menjadi pemicu pertentangan antar umat beragama di Indonesia bahkan di berbagai belahan dunia.

Sebagai contoh sederhana tentang hal ini adalah penggunaan istilah 'telunjuk' untuk salah satu jari tangan manusia. Dalam kamus Bahasa Indonesia, kata 'telunjuk' pasti dengan mudah dapat diketemukan karena memang kata tersebut berasal dari Bahasa Indonesia. Namun, dalam kamus Bahasa Inggris, tidak mungkin dapat dijumpai istilah 'telunjuk'. Kenyataan yang bertolak belakang ini tentu saja tidak mengkondisikan orang secara sembarangan menyimpulkan bahwa semua orang yang berbahasa Inggris tidak mempunyai telunjuk. Sebuah kesimpulan yang aneh dan tidak masuk akal. Kesimpulan sembarangan semacam ini pasti akan menjadi bahan tertawaan orang banyak.

Sayangnya, pemahaman seperti ini tidak berlaku untuk konsep ketuhanan dalam Agama Buddha. Ketika Agama Buddha tidak pernah menyebutkan istilah 'tuhan' dalam berbagai upacara ritual, maka secara sembarangan, masyarakat telah 'menuduh' bahwa Agama Buddha tidak bertuhan. Padahal, dalam Agama Buddha yang menggunakan kitab suci berbahasa Pali, konsep ketuhanan yang dimaksud mempergunakan istilah *Nibbana* atau lebih dikenal secara luas sebagai *Nirvana* (Bahasa Sanskerta). Jadi, seseorang tidak akan pernah menemukan istilah 'tuhan' dalam Tipitaka, melainkan istilah '*nibbana*'. *Nibbana* inilah yang sering dibabarkan oleh Sang Buddha di berbagai kesempatan kepada bermacam-macam lapisan masyarakat. *Nibbana* ini pula yang menjadi tujuan akhir seorang umat Buddha, sama dengan berbagai konsep ketuhanan dalam agama lain yang juga menjadi tujuan akhir mereka masing-masing. Seperti telah diketahui bersama bahwa Ajaran Sang Buddha mengenal adanya tiga tujuan hidup umat Buddha yaitu pertama, mendapatkan kebahagiaan di dunia. Kedua, kebahagiaan karena terlahir di alam surga atau alam bahagia setelah meninggal dunia. Ketiga, kebahagiaan tertinggi yaitu *Nibbana* atau *Nirvana* yang dapat dicapai ketika seseorang masih hidup di dunia ataupun setelah ia meninggal nanti.

Kebahagiaan yang pertama adalah kebahagiaan duniawi yang dapat diwujudkan di dunia ini setelah seseorang mengenal dan melaksanakan Buddha Dhamma. Apabila setelah mengenal Dhamma, seseorang semakin susah hidupnya, maka berarti Dhamma yang lebih dikenal sebagai Agama Buddha itu belum memberikan manfaat baginya. Kebahagiaan tahap pertama ini diukur dengan adanya rasa cukup, paling tidak, untuk empat kebutuhan pokok paling mendasar yaitu pakaian, makanan, tempat tinggal serta sarana kesehatan. Pengertian ‘cukup’ yang dimaksudkan di sini tentu saja sangat relatif sifatnya. Cukup bagi seseorang mungkin saja kekurangan bagi orang lain. Oleh karena itu, dalam Dhamma, istilah ‘cukup’ ini diukur paling bawah atau secara minimal dari rasa cukup yang dimiliki oleh para bhikkhu. Dengan demikian, seorang umat yang mempunyai lebih daripada yang dimiliki bhikkhu, maka sesungguhnya ia sudah dapat disebut sebagai cukup. Kalaupun umat tersebut masih merasa tidak cukup, mungkin saja hal ini berhubungan dengan kebutuhan yang berbeda atau bahkan ketamakan yang dimiliki.

Para bhikkhu dalam menjalani hidup sebagai pertapa masih membutuhkan empat kebutuhan pokok yaitu jubah, makanan, tempat tinggal dan obat-obatan. Keperluan jubah seorang bhikkhu hanya satu set saja. Dengan demikian, jika seorang bhikkhu mampu hidup menggunakan satu set jubah selama bertahun-tahun, maka seorang umat yang memiliki lebih dari satu set pakaian, misalnya tujuh set untuk tujuh hari dalam seminggu, maka ia bisa dianggap telah cukup. Namun, apabila ia telah memiliki banyak sekali pakaian dan masih juga merasa belum cukup, maka hal ini lebih disebabkan oleh ketamakan yang dimilikinya.

Demikian pula dengan kebutuhan makanan. Kehidupan seorang bhikkhu ditopang dengan makanan yang diperoleh dari persembahan umat. Pada umumnya, seorang bhikkhu hanya makan sekali atau dua kali sebelum tengah hari. Oleh karena itu, jika seorang umat sudah mampu menyediakan diri dan keluarganya makanan lebih dari dua kali sehari, sesungguhnya ia sudah dapat dikatakan cukup. Namun, apabila ia masih merasa belum cukup ketika makanan yang ia miliki telah berlebihan, maka perasaan ini timbul sebagai akibat dari ketamakan yang ia miliki selama ini.

Kebutuhan tempat tinggal seorang bhikkhu dapat tercukupi dengan tinggal di dalam goa ataupun gubuk sederhana. Oleh karena itu, apabila seorang umat telah mampu memiliki satu unit rumah walaupun sederhana, sebenarnya ia telah dapat disebut cukup. Berlebihan dalam penyediaan rumah bisa dikatakan sebagai tanda ketamakan.

Akhirnya, kecukupan sarana kesehatan menjadi sumber kebahagiaan duniawi yang keempat setelah pakaian, makanan maupun tempat tinggal. Untuk menjaga kesehatan maupun mengobati penyakit, seorang bhikkhu sesuai dengan peraturan kebhikkhuan diperkenankan mempergunakan urine sendiri. Tradisi ini sebenarnya dimasa sekarang lebih dikenal dengan istilah ‘terapi urine’. Jadi, apabila seorang umat telah mampu membeli obat, walaupun generik, ia sesungguhnya sudah dapat disebut cukup. Namun, apabila ia berlebihan dalam pengadaan sarana kesehatan sehingga cenderung boros, maka ia termasuk telah dipengaruhi oleh nafsu ketamakan.

Terkait dengan tujuan hidup umat Buddha yang pertama yaitu hidup bahagia di dunia dengan kecukupan pakaian, makanan, tempat tinggal maupun sarana kesehatan, maka banyak sekali catatan uraian Dhamma Sang Buddha tentang mencari nafkah, mempertahankan dan meningkatkan kekayaan maupun upaya membina hidup rumah tangga bahagia dan harmonis.

Dengan melaksanakan uraian Dhamma yang telah disampaikan oleh Sang Buddha dan dicatat dalam Kitab Suci Tipitaka, maka para umat Buddha diharapkan mempunyai pedoman hidup yang jelas serta pasti untuk bekerja dan berumah tangga. Dengan demikian, ia akan mendapatkan kecukupan materi, bahkan berlimpah dengan materi namun rumah tangga serta kondisi batin tetap bahagia.

Selanjutnya, tujuan hidup umat Buddha yang kedua setelah merasa cukup bahagia hidup di dunia adalah mengarahkan kehidupannya agar setelah meninggal dunia ia terlahir di alam surga. Tujuan terlahir di alam surga ini menjadi tujuan kedua agar memberikan kesempatan para umat Buddha membuktikan terlebih dahulu manfaat Ajaran Sang Buddha dalam kehidupan ini. Apabila memang benar ia telah memetik manfaat Buddha Dhamma dengan mendapatkan kebahagiaan duniawi, tentu akan tumbuh keyakinan yang kuat dalam dirinya kepada Ajaran Sang Buddha. Ia akan lebih bersemangat melaksanakan Dhamma agar ia terlahir di alam bahagia sebagai tujuan hidup yang berikutnya. Pembuktian mencapai kebahagiaan di dunia ini menjadi sangat penting karena pembuktian kelahiran di surga jauh lebih sulit dilakukan semasa seseorang masih hidup di dunia. Kelahiran di alam surga sering menjadi pengetahuan umum maupun kepercayaan membuta yang diperoleh dari berbagai kitab suci yang ada dalam masyarakat. Disini Buddha Dhamma berusaha memberikan bukti, bukan hanya sekedar janji.

Tidak adanya manfaat memiliki kepercayaan membuta tanpa bukti atas kelahiran di surga ini dapat diperjelas dengan perumpamaan cinta seorang pria terhadap gadis pujaannya. Tersebutlah sebuah kisah tentang seorang gadis yang cantik jelita. Kecantikannya telah terkenal di mana-mana. Setiap hari, banyak pemuda datang mengharapkannya sebagai istri. Mereka datang dengan membawa berbagai buah tangan sebagai penarik hati si gadis itu. Akhirnya, dari sekian banyak pria yang melamar, gadis tersebut memilih salah satu diantaranya. Ketika si pria yang diterima lamarannya ini bertanya, kapan mereka akan menikah. Si gadis menjawab, “Nanti setelah kita mati”. Sebuah jawaban yang aneh dan tidak ada gunanya. Ketika mereka mati, kapan mereka memiliki kesempatan untuk hidup dan berbahagia bersama? Tidak masuk akal memang. Sayangnya, jawaban semacam ini dianggap tidak aneh dan tetap layak dipercaya ketika seseorang mendapatkan janji tanpa bukti bahwa seseorang akan terlahir di surga setelah ia meninggal dunia. Justru karena untuk membuktikan terlebih dahulu, Buddha Dhamma memberikan kesempatan kepada mereka yang mau mempelajari dan melaksanakan Dhamma mendapatkan kebahagiaan duniawi sebelum mereka membicarakan kebahagiaan surgawi.

Adapun kebahagiaan surgawi yang dicapai setelah mendapatkan kebahagiaan duniawi dapat diperoleh para umat Buddha dengan mengkondisikan timbulnya kebahagiaan duniawi kepada mereka yang membutuhkan. Umat Buddha hendaknya sering melakukan kebajikan dengan membagikan kelebihan pakaian, makanan, tempat tinggal maupun sarana kesehatan yang telah ia miliki dan ia telah merasa cukup dengan hal itu. Disinilah peran rasa cukup yang mampu mengatasi ketamakan menjadi sangat penting. Dari tindakan ini pula dapat dibedakan pengaruh cukup atau tamak terhadap diri seseorang. Mereka yang dipengaruhi oleh ketamakan tidak akan pernah merasa cukup dan tidak ingin berbagi kepada mereka yang membutuhkannya. Sedangkan mereka yang merasa cukup tidak akan pernah menyalakan setiap kesempatan untuk berbagi dan terus berbagi kepada mereka yang membutuhkan. Dengan sering berbagi, maka umat pun terlatih untuk memperbanyak kebajikan melalui badan, ucapan serta pikiran. Banyaknya

kebajikan yang telah dilakukan inilah yang akan menjadi jalan lebar serta lurus untuk seseorang terlahir di alam surga setelah kematiannya.

Akhirnya, karena seseorang telah mampu membuktikan pencapaian kebahagiaan duniawi dengan melaksanakan Dhamma, ia pun telah merasakan kebahagiaan karena mampu berbagi, maka tahap ketiga sebagai tujuan hidupnya adalah berusaha mencapai *Nibbana* atau *Nirvana* atau Tuhan Yang Mahaesa dalam kehidupan ini juga maupun kehidupan yang selanjutnya.

Untuk memahami konsep ketuhanan dalam Agama Buddha, perlu dimengerti terlebih dahulu bahwa dalam masyarakat pada umumnya terdapat dua cara pendekatan. Pertama, Tuhan dikenal melalui bentuk manusia. Oleh karena itu, tidak jarang dijumpai istilah “Tuhan melihat umatNya”, atau “Tuhan mendengar doa umatNya” serta masih banyak lainnya. Pendekatan kedua, Tuhan dikenal melalui sifat manusia. Misalnya, “Tuhan marah”, “Tuhan cemburu”, “Tuhan mengasihani”, “Tuhan adil”, serta masih banyak istilah sejenis lainnya. Berbeda dengan yang telah disampaikan, Ketuhanan dalam Agama Buddha tidak menggunakan kedua cara di atas. Agama Buddha menggunakan aspek ‘nafi’ atau penolakan atas segala sesuatu yang dapat dipikirkan oleh manusia. Jadi, pengertian *Nibbana* atau Tuhan dalam Agama Buddha adalah “Yang tidak terlahirkan”, “Yang tidak menjelma”, “Yang tidak bersyarat”, “Yang tidak kondisi”. “Yang tidak terpikirkan”, serta masih banyak kata ‘tidak’ lainnya. Secara singkat, Tuhan atau *Nibbana* adalah mutlak, tidak ada kondisi apapun juga. Pendekatan yang berbeda ini sehubungan dengan ketidakmampuan bahasa manusia untuk menceritakan segala sesuatu bahkan hal sederhana yang ada di sekitar hidup manusia. Misalnya, seseorang tidak akan pernah mampu menceritakan rasa maupun bentuk durian kepada orang yang sama sekali belum pernah melihat durian. Sepandai apapun juga orang itu bercerita, si pendengar tetap mengalami kesulitan untuk membayangkannya, apalagi jika membahas mengenai bau durian yang khas. Pasti tidak mungkin terceritakan. Untuk itu, cara yang jauh lebih mudah menjelaskan hal ini adalah dengan membawa contoh durian asli untuk dikenalkan kepada si pendengar. Setelah melihat bendanya, mencium aromanya, si pendengar pasti segera menganggukkan kepada penuh pengertian.

Demikian pula dengan konsep ketuhanan dalam Agama Buddha. Apabila rasa, bentuk maupun warna durian yang mudah dijumpai saja tidak mampu diceritakan, maka tentunya kini sudah dapat dimengerti penyebab Dhamma mempergunakan istilah ‘tidak terpikirkan’ untuk menceritakan *Nibbana*. Hanya saja, menyebutkan ‘tidak terpikirkan’ bukan berarti tidak ada. Sama dengan kesulitan menceritakan rasa durian di atas; tidak bisa diceritakan bukan berarti tidak ada. Untuk menjelaskan durian, perlu dibuktikan sendiri. Untuk memahami *Nibbana*, perlu dijalani sendiri. Jalan yang harus ditempuh itu dikenal sebagai Jalan Mulia Berunsur Delapan. Jalan Mulia Berunsur Delapan sesungguhnya hanya merupakan satu jalan saja. Namun, satu jalan ini terdiri dari delapan unsur yaitu Pengertian Benar, Pikiran Benar, Ucapan Benar, Perbuatan Benar, Penghidupan Benar, Daya Upaya Benar, Perhatian Benar dan Konsentrasi Benar. Jalan Mulia inilah yang diajarkan Sang Buddha ketika Beliau pertama kali mengajarkan Dhamma di dunia. Karena seorang umat Buddha harus melaksanakan dan menjalani sendiri Jalan Mulia Berunsur Delapan agar dapat memahami Ketuhanan Yang Mahaesa atau *Nibbana*, maka dalam Ajaran Sang Buddha dikenal istilah “datang dan buktikan” atau *ehipassiko* (Bhs. Pali).

Jalan Mulia Berunsur Delapan yang telah disebutkan di atas adalah merupakan salah satu unsur dari Ajaran Pokok Sang Buddha yang dikenal dengan Empat Kesunyataan Mulia. Seperti nama yang dipergunakan, Empat Kesunyataan Mulia terdiri dari empat kondisi yang pasti dialami oleh semua makhluk hidup. Kesunyataan pertama menyebutkan kenyataan bahwa hidup berisikan ketidakpuasaan. Ketidakpuasaan ini disebabkan karena keinginan untuk selalu bertemu dan berkumpul dengan mereka yang dicintai dan keinginan untuk tidak berjumpa dengan mereka yang tidak disukai. Kesunyataan kedua menganalisa bahwa ketidakpuasaan tersebut disebabkan oleh keinginan. Semakin kuat keinginan, semakin kuat pula ketidakpuasaan yang dialami. Sebaliknya, semakin lemah keinginan, semakin lemah pula ketidakpuasaan yang timbul dalam batin seseorang. Kesunyataan ketiga memberikan penalaran bahwa terkendalinya keinginan akan menyebabkan hilangnya ketidakpuasaan sehingga seseorang mencapai *Nibbana*. Dan, kesunyataan keempat memberikan cara atau satu jalan yang memiliki delapan unsur untuk mengendalikan keinginan serta melenyapkan ketidakpuasaan. Agar mendapatkan gambaran yang lebih jelas, maka masing-masing kesunyataan mulia ini akan sepintas dibahas secara umum.

Kesunyataan Mulia yang pertama menyebutkan bahwa hidup berisikan ketidakpuasaan. Ketidakpuasaan ini muncul karena dalam kehidupan selalu terkondisi untuk berpisah dengan segala hal yang dicinta dan bertemu dengan segala hal yang tidak disukai. Maksud dari segala hal yang dicinta dan tidak disukai ini dalam arti yang seluas-luasnya. Dengan demikian, pengertian tersebut dapat meliputi orang, benda, suasana dsb. Misalnya, seseorang pada mulanya bisa saja duduk bersila di lantai dengan nyaman, namun pada saat berikutnya ia mungkin merasakan kesemutan yang menyakitkan. Perasaan ini timbul karena ia telah berpisah dengan kondisi yang dicinta yaitu nyaman duduk bersila di lantai dan bertemu dengan kondisi yang tidak dicinta yaitu rasa sakit akibat kesemutan. Demikian pula dengan rasa tidak nyaman akibat lapar. Kondisi ini timbul akibat berpisah dengan yang dicinta yaitu rasa tidak lapar dan bertemu dengan kondisi yang tidak disukai yaitu rasa lapar. Jadi, kondisi bertemu dengan yang tidak disukai dan berpisah dengan yang disukai ini selalu muncul berbarengan bagaikan dua sisi tangan yang terlihat berbeda apabila dipandang dari dua arah. Namun, kedua perbedaan sudut pandang ini tetap saja melihat satu bagian yang sama yaitu telapak tangan.

Sang Buddha mengerti dengan jelas bahwa sumber ketidakpuasaan yang dialami ini adalah dari keinginan yang tidak tercapai untuk selalu bertemu dengan yang dicinta dan tidak bertemu dengan yang tidak disukai. Oleh karena itu, Kesunyataan Mulia yang kedua menyebutkan bahwa keinginan adalah sumber ketidakpuasaan. Semakin kuat keinginan seseorang untuk mempertahankan kondisi yang dicintai, maka semakin besar pula rasa ketidakpuasaan yang ia alami. Demikian pula, semakin kuat penolakan terhadap pertemuan dengan kondisi yang tidak menyenangkan akan memperberat rasa ketidakpuasaan yang timbul dalam batinnya. Dalam contoh di atas, semakin seseorang gelisah atas rasa kesemutan yang ia alami, maka semakin memuncak rasa ketidakpuasannya terhadap kondisi tubuhnya yang terbatas tersebut. Semakin seseorang menolak rasa lapar yang memang sudah timbul, semakin parah pula rasa lapar menyerangnya.

Oleh karena itu, pembabaran Sang Buddha selanjutnya adalah Kesunyataan Mulia yang ketiga bahwa ketidakpuasaan dapat diatasi apabila keinginan dapat dikendalikan. Pengendalian keinginan ini dicapai dengan pemahaman bahwa hidup adalah proses yang berkesinambungan. Tidak ada kekekalan di alam semesta ini. Hanya ketidakkekalan itulah yang kekal. Dengan

demikian, ada pertemuan pasti ada perpisahan. Ketika seseorang bertemu dengan kondisi nyaman duduk bersila di lantai, maka seiring dengan berjalannya waktu, ia pun pasti akan bertemu dengan kondisi tidak nyaman duduk di lantai yaitu kesemutan. Demikian pula ketika ia merasa nyaman 'bertemu' dengan rasa tidak lapar, maka suatu saat sesuai dengan berjalannya waktu, ia pasti akan 'bertemu' dengan rasa lapar. Segala bentuk keinginan yang menimbulkan ketidakpuasan tersebut akan dapat diatasi apabila seseorang mampu memahami ketidakkekalan ini.

Akhirnya, sebagai Kesunyataan Mulia yang Keempat, diuraikan Sang Buddha tentang Jalan Mulia Berunsur Delapan yang menjadi kunci pelaksanaan seseorang untuk dapat mengendalikan keinginannya. Pelaksanaan Jalan Mulia inilah yang seharusnya dikerjakan dengan tekun dan penuh semangat oleh para umat serta simpatisan Buddhis agar hidupnya mencapai kebahagiaan. Kebahagiaan yang bisa diperoleh, seperti yang telah diuraikan sebelumnya, adalah kebahagiaan duniawi, kemudian, kebahagiaan setelah meninggal dunia dengan terlahir di salah satu alam surga atau bahkan tentu saja kebahagiaan tertinggi yaitu terbebas dari kelahiran kembali yakni ketika seseorang mencapai *Nibbana* atau Tuhan Yang Mahaesa dalam Agama Buddha.

Dasar pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan diawali dengan latihan kemoralan. Paling tidak, sebagai awal, terdapat lima latihan kemoralan yang dapat dilakukan yaitu upaya menghindari tindakan pembunuhan, pencurian, perzinahan, bohong dan mabuk-mabukan. Latihan mengendalikan diri terhadap lima perilaku tidak benar ini mengkondisikan seseorang untuk selalu menyadari segala tingkah laku badan dan ucapan yang sedang dikerjakan. Semakin sering seseorang mampu mengembangkan kesadaran atas tindakan serta ucapannya, maka ia pun semakin terkoneksi untuk memperhatikan serta menyadari segala bentuk gerak gerik pikiran yang menjadi sumber tindakan badan maupun ucapan yang dilakukannya. Perhatian pada gerak gerik pikiran inilah yang akan mengkondisikan seseorang menyadari bahwa kenyataan hidup adalah saat ini. Secara bertahap dengan mempunyai kesadaran ini, seseorang akan semakin berkurang kemelekatannya pada masa lampau maupun masa depan. Masa lampau hanyalah tinggal kenangan sebagai bagian dari upaya pembelajaran untuk diperbaiki maupun ditingkatkan di masa sekarang. Sedangkan masa depan masih berupa rencana maupun impian yang harus segera dilaksanakan sedikit demi sedikit di masa sekarang. Dengan demikian, masa sekarang menjadi masa yang sangat penting sekali untuk selalu meningkatkan kualitas diri secara lahir maupun batin. Pemahaman yang kuat bahwa kenyataan hidup adalah saat ini menjadikan seseorang secara perlahan-lahan akan berkurang kemelekatannya. Batinnya menjadi tenang seimbang menghadapi segala perubahan yang dijumpainya. Bahkan, pada akhirnya ia mampu membebaskan diri dari kemelekatannya sehingga batinnya pun terbebas dari ketamakan, kebencian serta kegelapan. Keggelapan batin yang dimaksudkan di sini adalah ketidaktahuan seseorang bahwa kenyataan hidup adalah tidak kekal dan hanya merupakan proses berkesinambungan. Dengan demikian, ia tidak lagi melekat dengan proses yang terus menerus berubah ini. Pengertian inilah yang membawa seseorang terbebas dari kelahiran kembali atau mencapai *Nibbana* yang tidak bisa diceritakan karena kemutlakannya. Sama sekali tidak bersyarat. Hanya saja, walaupun tidak bisa diceritakan, ternyata *Nibbana* mampu dicapai oleh mereka yang dengan sungguh-sungguh melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan.

Demikianlah *Nibbana* atau Tuhan Yang Mahaesa dalam Agama Buddha yang tidak bisa diceritakan namun bisa dicapai dengan melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan. Tentu saja

akan timbul pertanyaan dalam diri para umat serta simpatisan Buddhis bahwa apabila *Nibbana* atau Tuhan dalam Agama Buddha tidak memiliki konsep seperti pemahaman umum yang dikenal dalam masyarakat, lalu bagaimanakah umat Buddha seharusnya berdoa?

Banyak orang sering menyebutkan secara keliru bahwa umat Buddha melakukan sembahyang di vihara. Untuk itu, sebaiknya harus dimengerti terlebih dahulu istilah ‘sembahyang’ yang sebenarnya terdiri dari dua suku kata yaitu ‘sembah’ berarti menghormat dan ‘hyang’ yaitu dewa. Dengan demikian, ‘sembahyang’ berarti menghormat, menyembah para dewa. Apabila ‘sembahyang’ diartikan seperti itu, maka umat Buddha sesungguhnya tidak melakukan sembahyang. Umat Buddha bukanlah umat yang menghormat maupun menyembah para dewa. Umat Buddha mengakui keberadaan para dewa dewi di surga, namun umat tidak sembahyang kepada mereka. Umat Buddha juga tidak ‘berdoa’ karena istilah ini mempunyai pengertian ada permintaan yang disebutkan ketika seseorang sedang berdoa. Umat Buddha tentu saja tidak pernah meminta kepada arca Sang Buddha maupun kepada fihak lain. Keterangan ini jelas menegaskan bahwa umat Buddha bukanlah penyembah berhala karena memang tidak pernah meminta-minta apapun juga kepada arca Sang Buddha, arca yang lain bahkan kekuatan di luar manusia lainnya. Daripada disebut ‘sembahyang’ maupun ‘doa’, umat Buddha lebih sesuai dinyatakan sedang melakukan ‘puja bakti’. Istilah puja bakti ini terdiri dari kata ‘puja’ yang bermakna menghormat dan ‘bakti’ yang lebih diartikan sebagai melaksanakan Ajaran Sang Buddha dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam melakukan puja bakti, umat Buddha melaksanakan tradisi yang telah berlangsung sejak jaman Sang Buddha masih hidup yaitu umat datang, masuk ke ruang penghormatan dengan tenang, melakukan *namakara* atau bersujud yang bertujuan untuk menghormat kepada lambang Sang Buddha, jadi bukan menyembah patung atau berhala. Kebiasaan bersujud ini dilakukan karena Sang Buddha berasal dari India. Sudah menjadi tradisi sejak jaman dahulu di berbagai negara timur termasuk India bahwa ketika seseorang bertemu dengan mereka yang dihormati, maka ia akan melakukan sujud yaitu menempelkan dahi ke lantai sebagai tanda menghormati mereka yang layak dihormati dan menunjukkan upaya untuk mengurangi keakuan sendiri.

Karena bersujud di depan altar ataupun arca Sang Buddha hanyalah bagian dari tradisi, maka para umat dan simpatisan boleh saja tidak melakukannya apabila batinnya tidak berkenan untuk melakukan tindakan itu. Tidak masalah, karena sebetulnya arca tidak mungkin menuntut dan memaksa seseorang yang berada di depannya untuk bersujud. Namun, dengan mampu bersujud, maka seseorang akan mempunyai kesempatan lebih besar untuk berbuat baik dengan badannya. Ia belajar bersikap rendah hati.

Setelah memasuki ruangan dan bersujud, umat Buddha dapat duduk bersila di tempat yang telah disediakan. Umat kemudian secara sendiri atau bersama-sama dengan umat yang ada dalam ruangan tersebut membaca paritta yaitu mengulang kotbah Sang Buddha. Diharapkan dengan pengulangan kotbah Sang Buddha, umat mempunyai kesempatan untuk merenungkan isi uraian Dhamma Sang Buddha serta berusaha melaksanakannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, semakin lama seseorang mengenal Dhamma, semakin banyak ia melakukan puja bakti, semakin banyak kotbah Sang Buddha yang diulang, maka sudah seharusnya ia semakin baik pula dalam tindakan, ucapan maupun pola pikirnya.

Salah satu contoh yang paling mudah ditemukan adalah kebiasaan umat membaca *Karaniyametta Sutta* di vihara. Sutta atau kotbah Sang Buddha ini berisikan cara memancarkan pikiran penuh cinta kasih kepada semua makhluk di setiap waktu, ketika seseorang sedang berdiri, berjalan, berbaring, berdiam selagi ia tidak tidur. Diharapkan, dengan sering membaca sutta tersebut seseorang akan selalu berusaha memancarkan pikiran cinta kasih kepada lingkungannya. Ia hendaknya menjadi orang yang lebih sabar dari sebelumnya. Disebutkan pula dalam salah satu bait *sutta* tersebut bahwa jangan karena marah dan benci mengharap orang lain celaka. Pengertian baris cinta kasih ini sungguh sangat mendalam dan layak dilaksanakan. Dengan mampu melaksanakan satu baris ini saja dalam kehidupan, maka batin seseorang akan menjadi lebih tenang dan bahagia walaupun berjumpa dengan kondisi yang tidak sesuai keinginannya. Ia akan menjadi orang yang mampu mengendalikan dirinya. Dengan demikian, setiap kali ia hadir dan berkumpul maka ia akan selalu membawa kebahagiaan untuk lingkungannya.

Itulah makna sesungguhnya dari pengertian ‘puja bakti’ yaitu menghormati dan melaksanakan Ajaran Sang Buddha. Sekali lagi, umat Buddha tidak berdoa, juga tidak sembahyang. Namun, sebagai manusia biasa, adalah wajar apabila umat Buddha mempunyai keinginan atau permintaan, misalnya ingin banyak rejeki, ingin kaya dsb. Jika demikian, bagaimanakah yang dilakukan oleh umat Buddha agar keinginan atau harapan yang ia miliki tersebut dapat tercapai?

Untuk mencapai keinginan yang dimiliki, secara tradisi umat Buddha disarankan untuk melakukan kebajikan terlebih dahulu dengan badan, ucapan dan juga pikiran. Setelah berbuat kebaikan, ia dapat mengarahkan kebajikan yang telah dilakukan tersebut agar memberikan kebahagiaan seperti yang diharapkan. Upaya mengarahkan buah kebajikan ini secara tradisi biasanya dilakukan dalam tiga tahap. Seperti halnya menulis surat tentu membutuhkan kalimat pembuka sebelum mengutarakan maksud atau isi yang sesungguhnya sebelum ditutup dengan kalimat penutup. Demikian pula kalau mendatangi rumah seseorang, maka biasanya diawali dengan pembicaraan yang santai, ramah dan penuh persaudaraan sebelum membahas masalah yang sesungguhnya. Setelah itu, barulah acara ramah tamah ditutup kembali dengan hal yang ringan sebelum berpamitan pulang. Demikian pula ketika umat Buddha menyampaikan keinginan ataupun harapannya dalam upacara ritual Buddhis. Pada mulanya dibuka dengan mengingat Ajaran Sang Buddha. Disebutkan ‘mengingat’ karena untuk membedakan dengan istilah ‘memuji’. Dalam ritual Buddhis, tidak dilakukan pujian kepada Sang Buddha karena tindakan tersebut tidak bermanfaat. Sang Buddha sudah tidak terlahirkan kembali. Dengan demikian, pujian tidak lagi memberikan pengaruh kepada Beliau. Oleh karena itu, ingatan pada kotbah atau Ajaran Sang Buddha dirumuskan sebagai, “Sesuai dengan benih yang ditabur, demikian pula buah yang akan dituai. Menanam kebajikan akan tumbuh kebahagiaan.” Perenungan atau ingatan ini berhubungan dengan Hukum Sebab dan Akibat atau lebih dikenal dengan Hukum Kamma. Setelah dibuka dengan perenungan, selanjutnya diungkapkan harapan atau keinginan yang dimiliki dengan menyebutkan, “Semoga dengan semua kebaikan yang telah saya lakukan sampai saat ini akan membuahkan kebahagiaan dalam bentuk.....” yang dapat diisi, misalnya : banyak rejeki, panjang umur, sehat kuat dan bersemangat, serta masih banyak lagi isian sesuai dengan keinginan yang dimiliki.

Dengan diawali perenungan pada hukum sebab dan akibat, maka seseorang akan lebih menyadari bahwa apabila ia menginginkan kebahagiaan, ia hendaknya melakukan kebajikan terlebih dahulu kepada pihak lain. Seperti halnya tanam padi akan panen padi, demikian pula

apabila seseorang menanam kebajikan, ia pun akan memetik kebahagiaan. Jika ia menanam pelepasan mahluk dari penderitaan, maka ia pun akan terlepas dari berbagai kesulitan yang sedang dihadapi. Demikian seterusnya. Apabila telah cukup banyak kebajikan yang dilakukan, maka tentu kebahagiaan seperti yang diharap pun akan dapat terwujud. Kalaupun masih ada keinginan yang belum terwujud, ia akan selalu bersemangat untuk melakukan kebajikan karena ia telah menyadari bahwa semua kebajikan yang ia lakukan tidak akan pernah hilang begitu saja.

Apabila ungkapan permintaan itu telah dibuka dan didahului dengan perenungan pada Hukum Kamma atau Hukum Sebab dan Akibat, maka sebagai penutup umat Buddha dapat mengucapkan berkali-kali kalimat, “Semoga semua mahluk berbahagia” yang artinya, ia sendiri adalah mahluk, semoga ia bahagia dengan tercapai segala harapannya. Keluarganya juga mahluk, semoga keluarganya bahagia sesuai dengan kondisi kamma mereka masing-masing. Bahkan, musuh-musuhnya pun adalah mahluk, semoga mereka semua berbahagia sesuai dengan keinginan yang mereka miliki. Dengan mengucapkan kalimat penutup seperti ini, maka umat Buddha diarahkan untuk mengingat kebahagiaan fihak lain selain diri sendiri. Kebahagiaan kepada fihak lain ini diwujudkan dengan memancarkan pikiran cinta kasih kepada semua mahluk, bahkan kepada para musuhnya. Sesungguhnya, dengan seseorang mampu mengharapkan semua mahluk berbahagia, maka dirinya sendiri pun akan mendapatkan kebahagiaan sesuai dengan harapan yang telah dimiliki selama ini.

Jadi, secara lengkap, rumusan ungkapan permintaan ataupun ‘doa’ dalam tradisi Buddhis ini terdiri tiga tahap seperti yang telah diuraikan di atas yaitu: “ Sesuai dengan benih yang ditabur demikian pula buah yang dituainya, menanam kebajikan maka akan memperoleh kebahagiaan. Semoga dengan semua kebaikan yang telah saya lakukan sampai saat ini akan membuahkan kebahagiaan dalam bentuk (diisi: panjang umur, sehat, sukses dsb.). Semoga semua mahluk berbahagia.” Dengan rumusan ‘doa’ seperti ini, umat Buddha akan selalu bersemangat untuk mengembangkan kebajikan melalui badan, ucapan dan juga pikiran karena ia sadar bahwa kebahagiaan akan dapat dirasakan melalui upaya kebajikan yang ia kerjakan. Ia tidak akan pernah menyalahkan fihak lain atas penderitaan yang ia alami. Sebaliknya, ia pun tidak akan menganggap ada fihak lain yang membuatnya bahagia. Suka duka adalah bagian dari buah perbuatan yang ia lakukan selama ini. Ia akan selalu bersemangat untuk melaksanakan lima latihan kemoralan yaitu berusaha tidak melakukan pembunuhan, pencurian, perzinahan, bohong maupun mabuk-mabukan. Ia juga akan tekun melaksanakan latihan pengembangan kesadaran atau meditasi. Dengan demikian, ia akan selalu sadar pada saat ia sedang bertindak, berbicara maupun berpikir. Kesadaran yang penuh akan hidup saat ini akan mengkondisikan seseorang mencapai kebebasan dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin. Pada tingkat inilah seseorang disebut mencapai Nibbana atau Tuhan dalam Agama Buddha. Jadi, pencapaian Tuhan atau Nibbana ini tidak harus dialami ketika seseorang telah meninggal, namun juga bisa dalam kehidupan ini juga. Sekarang juga.

Sebagai kesimpulan, sudah jelas sekarang bahwa tujuan hidup seorang umat Buddha adalah untuk mencapai kebahagiaan. Dalam Dhamma disebutkan adanya tiga tujuan hidup yaitu berbahagia di dunia ini, berbahagia setelah kehidupan ini yaitu mencapai alam surga atau alam bahagia lainnya. Kemudian, sebagai tujuan hidup yang tertinggi adalah kebahagiaan *Nibbana* atau Tuhan Yang Mahaesa. Tentu saja, *Nibbana* bukan surga atau alam, namun terbebas dari kelahiran kembali yang dapat dicapai dalam kehidupan ini juga. Agar seseorang dapat mencapai

tujuan hidup yang tertinggi yaitu Nibbana, maka ia hendaknya selalu berusaha melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan secara terus menerus. Adapun Jalan Mulia Berunsur Delapan itu adalah Pandangan Benar, Pikiran Benar, Ucapan Benar, Perbuatan Benar, Mata Pencaharian Benar, Daya Upaya Benar, Perhatian Benar dan Konsentrasi Benar. Dengan melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan ini seseorang paling tidak akan merasakan kebahagiaan dalam hidup ini. Dan, apabila timbul keinginan atau harapan, maka ia dapat mengucapkan tekad yang terdiri dari tiga bagian yaitu pembuka, isi serta penutup seperti yang telah diuraikan di atas.

Cara mengungkapkan harapan atau keinginan dalam tiga bagian tersebut dapat dipergunakan dimanapun seseorang berada tanpa menimbulkan pertentangan maupun permusuhan dengan fihak lain. Cara tersebut dapat dipergunakan di berbagai tempat ibadah Buddhis maupun bukan.

Inilah yang perlu disampaikan pada kesempatan ini. Semoga uraian Dhamma ini akan memberikan manfaat serta kebahagiaan untuk para umat dan simpatisan Buddhis.

Semoga Anda semua berbahagia.

Semoga semua mahluk selalu berbahagia.

Semoga demikianlah adanya.

TANYA JAWAB:

Tanya 01 :

Apakah dalam Agama Buddha ada surga dan neraka, seperti dalam agama lain?

Jawab :

Seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa terdapat tiga tujuan hidup seorang umat Buddha yaitu bahagia di dunia, kemudian, bahagia setelah kehidupan ini yaitu terlahir di alam surga dan juga bahagia karena terbebas dari kelahiran kembali ketika seseorang telah mencapai Nibbana. Dengan demikian, dalam Agama Buddha pasti ada surga maupun neraka. Bahkan, surga dalam Agama Buddha lebih dari satu tingkat. Banyaknya jenis alam surga ini karena tingkat kebajikan yang dilakukan seseorang tidaklah sama dengan kebajikan yang dilakukan oleh orang lain. Jadi, mereka yang lebih banyak melakukan kebajikan akan terlahir di surga yang lebih tinggi dan lebih lama daripada mereka yang kurang kebajikannya. Hal ini hampir sama dengan orang yang mempunyai uang lebih banyak tentunya akan mempunyai kesempatan membeli kendaraan lebih banyak pula daripada mereka yang mempunyai uang lebih sedikit. Kendaraan yang mampu dibeli juga berbeda fasilitasnya. Semakin kaya seseorang, tentu semakin bagus pula fasilitas kendaraan yang dapat ia peroleh. Jadi, para prinsipnya, perbanyak kebajikan dengan badan, ucapan serta pikiran maka seseorang akan terlahir di surga yang lebih baik daripada mereka yang kurang kebajikannya.

Sebaliknya, selain alam surga sebagai buah kebajikan yang dilakukan seseorang semasa hidupnya, maka tentu terdapat pula alam menderita atau alam neraka yang merupakan buah

perilaku buruk yang pernah dijalani selama hidup yang sebelumnya. Alam neraka juga mempunyai banyak tingkat. Dengan demikian, semakin jahat perilaku seseorang, semakin buruk pula kondisi neraka yang ia jumpai. Hal ini sama dengan penjahat yang melakukan banyak kejahatan akan mendapatkan hukuman yang lebih berat daripada penjahat yang bentuk kejahatannya tidak terlalu berat.

Tanya 02 :

Setelah manusia meninggal masih adakah surga atau neraka yang kekal? Bagaimana kita bisa tahu jalan menuju ke surga / Nibbana? Apa yang dijadikan patokan bahwa jalan kita yang dilewati itu benar?

Jawab :

Dalam pengertian Buddhis, seseorang yang meninggal akan segera terlahir kembali di alam surga atau neraka sesuai dengan buah kamma yang ia miliki. Mereka yang mempunyai banyak kamma baik akan terlahir di surga atau alam bahagia. Mereka yang banyak mempunyai kamma buruk akan terlahir di alam menderita, termasuk alam neraka. Namun, alam surga maupun neraka dalam Dhamma disebutkan tidak kekal. Oleh karena itu, ketika buah kamma yang mendukung kelahiran di suatu alam telah habis, maka makhluk itu akan meninggal dari alam tersebut untuk terlahir kembali di alam yang sesuai.

Dan, untuk mengetahui jalan ke surga maupun Nibbana, dalam uraian di atas sudah dijelaskan bahwa Ajaran Sang Buddha memberikan bukti dengan menguraikan cara-cara untuk mencapai kebahagiaan di dunia. Pada pokoknya disebutkan bahwa segala suka dan duka hanyalah akibat permainan pikiran sendiri. Pikiran akan bahagia ketika keinginan tercapai, sebaliknya pikiran menderita ketika keinginan tidak tercapai. Dengan memahami kenyataan ini, seseorang hendaknya melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan agar ia mampu mengendalikan keinginan. Kemampuan untuk mengendalikan keinginan inilah yang akan menimbulkan kebahagiaan dalam batin seseorang. Kebahagiaan dalam batin ini juga akan mengkondisikan kebahagiaan di lingkungannya. Kebahagiaan di lingkungan akan mampu mewujudkan kebahagiaan di dunia. Setelah seseorang mampu membuktikan kebenaran Ajaran Sang Buddha untuk mencapai kebahagiaan di dunia, maka ia tentunya akan lebih yakin bahwa Dhamma Ajaran Sang Buddha mampu juga memberikan jalan hidup bahagia dengan terlahir di alam surga. Ia juga akan yakin bahwa pelaksanaan Buddha Dhamma akan mengkondisikan seseorang mencapai kesucian atau Nibbana dalam kehidupan ini juga. Jadi, kunci keyakinan pada Buddha Dhamma adalah kesempatan untuk membuktikan terlebih dahulu kebenaran Dhamma dalam kehidupan ini juga.

Tanya 03 :

Apakah Agama Buddha percaya adanya malaikat dan hantu?

Jawab :

Malaikat atau lebih dikenal dalam istilah Buddhis sebagai dewa dan dewi adalah para penghuni surga. Sedangkan hantu adalah makhluk halus dalam Agama Buddha disebutkan ada beberapa jenis. Ada makhluk yang disebut sebagai setan kelaparan, ada juga yang disebut setan raksasa maupun berbagai jenis lainnya. Oleh karena itu, sudah jelas bahwa Agama Buddha mengakui keberadaan para dewa dan dewi serta para makhluk halus. Meskipun demikian, umat Buddha sama sekali tidak dianjurkan untuk meminta maupun memuja mereka. Umat Buddha hanya mengetahui saja bahwa mereka adalah bagian dari para makhluk yang terlahir di berbagai alam kelahiran.

Tanya 04 :

Apakah Agama Buddha terdapat manusia pertama?

Jawab :

Sebenarnya tujuan Dhamma Ajaran Sang Buddha lebih cenderung dipergunakan untuk mengendalikan pikiran, ucapan dan perbuatan. Dan, kemampuan seseorang untuk mengendalikan diri ini sama sekali tidak ada hubungan langsung dengan pengetahuan tentang manusia pertama. Tanpa mengetahui manusia pertama sekalipun, seseorang bisa saja mencapai kesucian. Namun, dalam salah satu kesempatan, kepada mereka yang telah mempunyai kemampuan batin dari latihan meditasi yang tekun sehingga mampu mengingat berkali-kali muncul dan kiamatnya bumi, barulah Sang Buddha menceritakan terjadinya manusia pertama. Cerita Sang Buddha hanya kepada mereka yang mampu mengingat terbentuk dan kiamatnya bumi ini agar ada orang yang bisa menyaksikan serta mengingat sendiri peristiwa yang disampaikan Sang Buddha. Tentu saja, sikap Sang Buddha ini berhubungan dengan pengertian dasar dalam Dhamma yaitu 'datang dan buktikan', bukan 'datang dan percaya saja'.

Dalam kisah yang disampaikan oleh Sang Buddha, manusia pertama bukan hanya satu atau dua orang saja, melainkan banyak. Mereka bukan hasil ciptaan. Mereka merupakan hasil sebuah proses panjang bersamaan dengan proses terjadinya bumi beserta planet-planetnya. Seperti diketahui bahwa dalam pengertian Dhamma, tata surya seperti yang dihuni manusia saat ini bukan hanya satu melainkan lebih dari satu milyar jumlahnya. Masing-masing tata surya ketika kiamat akan terbentuk lagi. Pada saat terjadinya bumi ini, datanglah makhluk-mahluk berupa cahaya dari tata surya yang lain. Mereka berproses bersamaan dengan proses pembentukan tata surya ini. Dalam proses tersebut mereka tertarik mencicipi dan mengkonsumsi sari bumi, sari tumbuhan dsb. Ketertarikan mereka menyebabkan tubuh cahaya menjadi redup dan mulai terjadilah proses pembentukan tubuh, jenis kelamin, persilangan serta keturunan. Dan, sekali lagi, manusia pertama karena merupakan hasil proses seperti ini, jumlahnya tidak bisa ditentukan lagi. Sangat banyak. Mereka berproses dan berevolusi secara lambat sampai membentuk manusia sekarang. Hanya saja, dalam Dhamma juga tidak membenarkan maupun menolak pandangan ilmu pengetahuan modern bahwa manusia berasal dari monyet. Sikap ini sehubungan dengan kepastian bahwa asal manusia dari monyet ataupun bukan sama sekali tidak ada kaitan dengan keberhasilan seseorang untuk mencapai kesucian ataupun Nibbana.

Tanya 05 :

Alam manusia di dalam Agama Buddha dikatakan sebagai alam yang paling baik untuk mencapai kesempurnaan. Kenapa demikian?

Jawab :

Dalam pandangan Dhamma, hidup sebagai manusia mempunyai kesempatan lebih besar untuk menyaksikan ketidakkekalan. Manusia mudah bertemu dengan yang tidak disukai dan berpisah dengan yang disukai. Kejelasan akan ketidakkekalan ini mempermudah manusia untuk membuktikan kebenaran Kesunyataan Mulia yang pertama yaitu hidup berisikan ketidakpuasan. Dengan menyadari Kesunyataan Mulia yang pertama, maka manusia akan mampu merenungkan bahwa segala sumber ketidakpuasan adalah keinginan. Dengan demikian, timbul dalam batinnya semangat untuk melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan sebagai Jalan mengatasi ketidakpuasan. Pelaksanakan Jalan Mulia inilah yang akan dapat membebaskan manusia dari kemelekatan sehingga ia dapat mencapai Nibbana atau konsep Ketuhanan dalam Agama Buddha. Kemungkinan besar manusia mencapai kesucian dalam kehidupan inilah yang mendasari pengertian bahwa terlahir sebagai manusia adalah sebuah kondisi yang ideal untuk mencapai kesempurnaan.

Sedangkan di berbagai alam surga maupun alam menderita karena jangka waktu bahagia dan menderita berlangsung sangat lama maka para makhluk di sana tidak mampu melihat ketidakkekalan. Mereka sulit menyadari adanya perubahan. Dengan demikian, merekapun sulit untuk memahami Empat Kesunyataan Mulia dan mencapai kesucian di alam surga maupun alam menderita.

Tanya 06 :

Saya setuju bahwa Nirwana bisa dijumpai dalam kehidupan sekarang. Apakah mungkin bila tidak bertemu sekarang, orang tidak akan mencapai Nirwana?

Jawab :

Nirvana atau *Nibbana* memang tidak harus dicapai dalam satu kehidupan ini. Kalaupun seseorang masih belum mampu mencapainya dalam kehidupan ini, ia hendaknya terus menerus melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan, sehingga dalam satu masa kehidupan yang akan datang, ia mungkin baru akan mencapainya. Namun, sebelum mencapai Nibbana, seseorang yang terus melaksanakan Jalan Mulia Berunsur Delapan dengan tekun pasti akan mendapatkan kebahagiaan di dunia ini maupun kebahagiaan setelah kehidupan ini yaitu terlahir di alam bahagia. Jadi, bagaimanapun juga, pelaksanaan Jalan Mulia Berunsur Delapan selalu memberikan manfaat dalam kehidupan ini maupun kehidupan yang selanjutnya sampai seseorang mencapai kebahagiaan tertinggi yaitu *Nibbana*.

Tanya 07 :

Nasib, apakah ada dan bagaimana cara menanggulangi, kiat mengatasi nasib?

Jawab :

Dalam pengertian Dhamma tidak dijumpai istilah nasib, kodrat maupun takdir. Dalam Agama Buddha lebih dikenal istilah 'kamma' (Bhs. Pali) atau 'karma' (Bhs. Sanskerta). Dengan mengenal berlakunya Hukum Kamma yang juga sering diartikan sebagai Hukum Sebab dan Akibat, perjalanan hidup seseorang dapat diubah. Dasar pengertian Hukum Kamma adalah mereka yang melakukan kebajikan akan memperoleh kebahagiaan. Dengan demikian, semakin banyak seseorang melakukan kebajikan, semakin besar pula kemungkinan dia untuk mendapatkan kebahagiaan dalam kehidupan ini pula. Dengan demikian, seseorang yang ingin hidup berbahagia, ia harus memperbanyak kebajikan dengan badan, ucapan dan juga pikiran. Sedangkan, mereka yang telah hidup berbahagia, ia hendaknya tidak pernah bosan untuk terus menambah kebajikan agar hidupnya semakin berbahagia.

Sebagai contoh bahwa perjalanan hidup seseorang dapat diubah melalui perbuatan (kamma) yang harus ia kerjakan saat ini adalah kisah tentang seseorang yang dilahirkan dalam kondisi menderita akibat kekurangan materi. Apabila ia dalam hidupnya mampu selalu memperbanyak kebajikan, maka kondisi penderitaan yang dialami mungkin saja berubah 180 derajat. Berubah total. Mungkin dengan berbagai kebajikan dan kejujuran yang telah dilakukan akan mengkondisikan ia mudah mencari kerja dan mendapatkan kepercayaan. Dengan demikian, dalam waktu singkat, perjalanan hidupnya dapat berubah total. Mungkin saja, ia menjadi orang yang lebih mampu daripada sebelumnya. Mungkin ia bahkan mampu mengajak orangtuanya hidup bersama dengannya.

Sebaliknya, mereka yang terlahir dalam kondisi kecukupan secara materi misalnya, apabila tindakan yang ia lakukan tidak baik yaitu dengan melakukan pelanggaran lima latihan kemoralan, maka hidupnya mungkin akan berubah total. Ia menjadi orang yang tidak disukai lingkungannya. Ia menjadi orang yang tidak bahagia. Dengan demikian, sudah jelas sekarang bahwa perbuatan seseorang atau kamma sangatlah berperan untuk mengkondisikan hidup seseorang menjadi bahagia atau bahkan lebih bahagia serta mampu menghindari penderitaan.

Tanya 08 :

Kalau kita berbuat baik berdasarkan pamrih apakah itu juga akan ada karma baiknya?

Jawab :

Dalam kenyataan, setiap orang yang belum mencapai kesucian atau terbebas dari ketamakan, kebencian serta kegelapan batin pasti ia akan melakukan suatu perbuatan dengan pamrih. Memiliki pamrih selama tidak dibarengi dengan kemelekatan, kiranya masih dapat dianggap wajar. Oleh karena itu, dalam rumusan doa di atas disebutkan niat "Semoga dengan kebajikan yang saya lakukan sampai saat ini akan membuahkan kebahagiaan dalam bentuk" Sepintas 'doa' ini memang tampak berpamrih, namun, sebenarnya rumusan doa ini dipergunakan untuk mengarahkan para umat dan simpatisan Buddhis yang masih dalam tahap awal agar mereka berkenan melaksanakan kebajikan secara lebih terarah. Sedikit demi sedikit, apabila batinnya mulai meningkat dengan pengertian Dhamma, maka ia pun akan bisa diarahkan untuk mencapai kesucian atau Nibbana. Dalam tahap akhir seperti ini, semua tindakan yang dilakukan tidak akan lagi mengharapkan pamrih. Semua tindakan dilakukan demi tindakan itu sendiri. Kondisi ini

seperti bunga yang mekar demi mekarnya sendiri, bukan karena ingin diletakkan di tempat yang bagus atau menghindari tempat yang buruk.

Adapun perbuatan yang berpamrih, sejauh masih dapat digolongkan sebagai perbuatan baik yang mampu memberikan kebahagiaan untuk banyak pihak, maka si pelaku masih tetap dianggap menanam karma baik yang pada suatu saat nanti akan ia rasakan buah kebahagiaannya.

Tanya 09 :

Dalam kenyataan hidup, kita selalu merasa kurang. Punya uang puluhan milyar, juga masih kurang. Karena hidup ini tidak kekal, contohnya, kalau kalah dagang atau bangkrut, belum tentu besok ada teman kita yang mau menolong. Dalam hal ini mohon pengertian, sehingga kita merasa cukup.

Jawab :

Pengertian ‘cukup’ memang bersifat sangat relatif. Oleh karena itu dalam Dhamma sebagai ukuran minimal atau paling rendah adalah kecukupan yang dialami oleh para bhikkhu. Para bhikkhu sudah cukup dengan terpenuhinya kebutuhan makanan, pakaian, tempat tinggal maupun sarana kesehatan. Makanan para bhikkhu cukup sehari sekali atau dua kali saja sebelum tengah hari. Pakaian cukup dengan satu set jubah. Tempat tinggal cukup apabila sudah dapat membaringkan tubuh di goa maupun di gubuk. Sarana kesehatan dengan menggunakan terapi urine sudah cukup. Jadi, apabila seseorang telah mampu menyediakan sedikit lebih dari keperluan minimal seorang bhikkhu, maka ia sesungguhnya bisa disebut cukup. Namun, kalau sampai menyediakan secara berlebihan masih terasa tidak cukup, hal itu lebih disebabkan karena adanya ketamakan. Demikian pula dengan uang yang puluhan milyar, jika ia tidak mampu mengendalikan diri dari keinginan, maka sesungguhnya ia sudah terjebak dalam ketamakan.

Kalau seseorang kuatir gagal dalam usaha dan tidak ada yang menolong, maka ia harus berusaha mandiri secara ekonomi dengan menyimpan hartanya di tempat yang sesuai. Dengan demikian, ketika ia bangkrut dan tidak ada yang menolong, ia masih bisa menolong dirinya sendiri. Besarnya simpanan yang diperlukan tentu berdasarkan kebijaksanaan, bukan karena ketamakan. Menentukan beda kebijaksanaan dan ketamakan kiranya membutuhkan kesadaran tinggi yang tidak bisa ditentukan oleh orang lain. Dalam Dhamma, semua ini bukanlah keharusan. Memiliki uang sedikit bisa disebut cukup, memiliki uang puluhan milyar bisa merasa tidak cukup. Semuanya berpulang pada kebijaksanaan diri sendiri.

Tanya 10 :

Kalau kita sembahyang dengan saji-sajian misalnya makanan, minuman dan buah-buahan apakah betul itu diterima atau sebagai simbolis?

Jawab :

Sesajian yang dipersembahkan dalam upacara ritual Buddhis sesungguhnya lebih bersifat tradisi dan simbolis. Kebiasaan mempersembahkan makanan di altar Sang Buddha dimulai sejak Sang

Buddha wafat. Para murid yang sudah berpuluh tahun membantu Sang Buddha mempersiapkan makanan, ketika Sang Buddha wafat mereka masih juga mempersiapkan makanan yang disajikan serta dibersihkan pada waktu-waktu tertentu setiap harinya. Kebiasaan ini berlangsung turun temurun sehingga akhirnya sampai sekarang masih banyak orang yang mempersembahkan makanan, minuman maupun buah-buahan di altar Sang Buddha maupun altar yang lain.

Persembahan makanan, buah dsb di altar lebih ditujukan untuk melakukan penghormatan. Selain itu, persembahan juga mempunyai makna simbolis atau lambang bahwa seseorang yang telah mampu memberikan buah atau makanan yang terbaik di altar, hendaknya ia juga mampu memberikan pikiran, ucapan serta perbuatan yang terbaik kepada lingkungannya agar memberikan kebahagiaan serta kedamaian bagi semua fihak.

Tanya 11 :

Apakah karma seseorang bisa diketahui dan bagaimana ciri-cirinya?

Jawab :

Dalam tradisi yang berkembang di masyarakat Buddhis, kamma bisa saja dikenali dari wujud luar seseorang. Hal ini juga disebutkan dalam salah satu syair Dhamma bahwa setiap orang dilahirkan oleh kamma sendiri, dilindungi oleh kamma sendiri. Jadi, bentuk lahir seseorang adalah bagian dari kamma yang harus dijalani. Oleh karena itu, dalam masyarakat dapat dijumpai orang yang mampu, misalnya, membaca garis tangan untuk menyebutkan masa lalu maupun masa depan seseorang. Kemampuan ini disebabkan karena garis tangan juga merupakan salah satu tanda bawaan kamma lampau. Tentu saja, metoda membaca garis tangan yang merupakan salah satu upaya mengetahui kamma seseorang ini bukan berasal dari Ajaran Sang Buddha melainkan bagian dari tradisi suatu masyarakat. Sesungguhnya masih banyak cara yang bisa dipergunakan untuk mengetahui kamma seseorang, namun, satu contoh ini kiranya sudah dapat mewakili jawaban atas pertanyaan ini.

Tanya 12 :

Sekarang tentang meditasi. Apakah ada kemungkinan dan bagaimana melatih Samatha Bhavana sebagai umat biasa?

Jawab :

Dalam kehidupan sebagai umat Buddha, sangat disarankan umat untuk berlatih meditasi secara rutin. Lakukan meditasi setiap pagi bangun tidur dan malam hendak tidur. Lakukan meditasi paling tidak selama 15 menit sampai dengan 30 menit setiap kalinya. Adapun meditasi yang dapat dilakukan, sebagai dasar adalah meditasi konsentrasi yang sering disebut sebagai *Samatha Bhavana*. Latihan meditasi ini biasanya mempergunakan pengamatan dan perhatian pada proses masuk keluarnya pernafasan yang berlangsung secara alamiah. Jadi, meditasi tidak perlu mengatur pernafasan. Meditasi hanya mengamati dan mengetahui saat nafas masuk dan saat nafas keluar. Jika pikiran memikirkan hal yang lain, maka pelaku meditasi akan terus berusaha untuk mengembalikan konsentrasi pikiran pada pengamatan proses pernafasan kembali.

Demikian seterusnya dilakukan sampai pikiran benar-benar terpusat pada obyek meditasi. Apabila seseorang telah mampu memusatkan perhatian pada obyek meditasi, maka ia bisa melanjutkan tingkat latihan meditasi yang telah dicapainya dengan mengembangkan kesadaran pada segala gerak gerik pikiran, perasaan, maupun badan. Artinya, pelaku meditasi menjadikan segala yang terjadi pada badan maupun batin sebagai obyek meditasi. Meditasi mengembangkan kesadaran ini disebut sebagai *Vipassana Bhavana*.

Kedua latihan meditasi ini hendaknya sering dilatih para umat Buddha agar semakin lama seseorang mengikuti dan melaksanakan Ajaran Sang Buddha, semakin tinggi pula kesadaran yang ia miliki untuk selalu mengamati gerak gerik badan dan batinnya. Kesadaran yang maksimal tentang badan dan batin ini akan menuju pada tercapainya kesucian yaitu *Nibbana* dalam kehidupan ini juga.

Tanya 13 :

Bagaimana cara menghindari pengaruh roh halus, setan dalam bermeditasi ?

Jawab :

Dalam bermeditasi, pada awalnya seseorang hendaknya selalu berusaha memusatkan perhatian pada obyek konsentrasi, misalnya proses masuk dan keluarnya pernafasan. Dengan demikian, apabila terjadi 'penampakan', pelaku meditasi hendaknya tidak menghiraukannya. Ia harus tetap memusatkan perhatian pada obyek meditasi. Dengan mampu memusatkan pikiran pada obyek, maka secara bertahap segala bentuk penampakan dan gangguan akan lenyap dengan sendirinya.

Namun, pelaku meditasi tahap lanjutan boleh mempergunakan kesadaran penuh untuk mengetahui dan mengamati adanya gangguan makhluk halus. Pelaku meditasi hanya mengetahui saja segala penampakan yang ada tanpa harus timbul rasa takut maupun benci. Dengan pengembangan kesadaran yang tinggi, makhluk halus itupun akhirnya akan lenyap dan tidak mengganggu lagi.

Namun, kalau pelaku meditasi masih belum mempunyai konsentrasi maupun kesadaran yang cukup tinggi, maka ia boleh juga mengucapkan berkali-kali dalam batin kalimat "Semoga semua makhluk berbahagia". Kalimat ini adalah merupakan kalimat pemancaran pikiran penuh cinta kasih yang merupakan sarana ampuh untuk mengkondisikan agar para makhluk halus itu tidak mengganggu lagi. Dengan demikian, latihan meditasi dapat dilanjutkan dengan pikiran tenang dan damai, bebas dari berbagai 'penampakan'.

Demikianlah semua pertanyaan sudah terjawab secara singkat.

Semoga uraian Dhamma tentang konsep Ketuhanan dalam Agama Buddha dan juga jawaban atas berbagai pertanyaan di atas dapat bermanfaat serta menambah keyakinan Anda pada Ajaran Sang Buddha.

Semoga keyakinan Anda akan menjadi pendorong untuk selalu melaksanakan Ajaran Sang Buddha dalam kehidupan sehari-hari sehingga tercapailah kebahagiaan di dunia, kemudian, kebahagiaan setelah kehidupan ini dan bahkan kebahagiaan Nibbana.

Semoga Anda selalu berbahagia.

Semoga semua makhluk yang tampak maupun makhluk yang tidak tampak akan mendapatkan kebahagiaan sesuai dengan kamma baik yang mereka miliki sendiri.

Semoga demikianlah adanya.

Sabbe Satta Bhavantu Sukhitatta.